

libérez votre corps  
avec la méthode

# ESSENTRICS



Le corps est une machine complexe dans laquelle chaque élément communique constamment avec les autres, contribuant ainsi à la santé globale.

L'entretien de ce système est plus simple que vous ne pensez... Essentrics a ce qu'il vous faut.



1

ré-équilibrage  
musculaire global

2

amélioration souplesse,  
agilité & équilibre

3

sculpter & rafermir  
en douceur

4

amélioration de la  
posture

5

enchainements uniques  
pour débloquer le  
corps & libérer des  
tensions



**contact**  
**06 62 36 01 99**